

2022年04月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1	2
昼食					カレーライス・手作り、きゅうりの昆布あえ、いちご	あんかけうどん(ささみ)、みかん缶
午後					牛乳130、豆乳ゼリー(小倉)	牛乳130、おにぎり(甘納豆)
午前	4	5	6	7	8	9
昼食	三色そぼろ丼(凍り豆腐)、みそ汁(たまねぎ・わかめ)、かぼちゃの甘煮、バナナ	御飯、豆乳汁、かじきのケチャップあえ、ゆで野菜、りんご	ハリハリわかめ御飯、マーボー豆腐(たまねぎ)、ほうれん草のごま和え、みかん缶	御飯、みそ汁(豆腐・だいごん)、焼きさわらのもやしあんかけ、ペイクド里芋(ごま)	御飯、みそ汁(じゃがいも・あげ)、豚肉のすき焼き風煮物、ブロッコリーと人参のおかか和え、オレンジ	てりやき野菜丼、バナナ
午後	牛乳130、つぶつぶ人参ゼリー(寒天)	牛乳130、おやつ・油揚げと野菜の混ぜご飯	牛乳130、スイートポテト(米粉・ごま)	牛乳130、米粉の焼きりんごケーキ(大豆粉)	牛乳130、おにぎり(つぶあん)	牛乳130、米粉おにぎり蒸しパン
午前	11	12	13	14	15	16
昼食	ただのご混ぜ御飯、すまし汁(だいごん・わかめ)、鶏むね肉の照り焼き、チンゲン菜のしらすサラダ(キャベツ)、	御飯、鶏だんご鍋(キャベツ)、さつま芋の煮物(昆布)、ゆでスナップえんどう、バナナ	御飯、豚汁、納豆のおとし揚げ、きゅうりの酢物(みかん)	御飯、みそ汁(豆腐・わかめ)、肉じゃが(豚肉)、小松菜のごま和え(ツナ)	御飯、みそ汁(さつまいも・チンゲン菜)、さけの酒蒸し、ひじきの煮物(にんじん)、りんご	豚丼、キウイフルーツ
午後	牛乳130、大学かぼちゃ(ごま)	牛乳130、おやつ小魚(ごま)、せんべい	牛乳130、さけおにぎり(わかめ・ごま)	牛乳130、米粉のもっちりバナナパン(豆乳)	牛乳130、おやつ・チャーハン(豚肉)	牛乳130、ソフトパン(大豆・きな粉)
午前	18	19	20	21	22	23
昼食	豆腐丼(カレー風味)、はるさめスープ(鶏)、きゅうりのゆかりあえ、オレンジ	御飯、みそ汁(かぼちゃ・なす)、たらこの磯辺焼き、卵の花(人参・鶏ひき肉)、ゆでブロッコリー	御飯、コーンスープ(だいごん)、ハンバーグ(大豆)、ゆで野菜(添えケチャップ)、りんご	御飯、すまし汁(豆腐・チンゲン菜)、さわらの五目とろみ煮、ゆでスナップえんどう、パイン缶・みかん缶	御飯、みそ汁(キャベツ・あげ)、豚肉のしょうが焼き(たまねぎ)、にんじんのシンブルサラダ、粉ふき芋(青の)	焼きそば、りんご
午後	牛乳130、キャロットケーキ(大豆粉・米粉)	牛乳130、おにぎり(ピーンズ)	牛乳130、芋もち	牛乳130、凍り豆腐のきな粉トースト	牛乳130、おやつ小魚(ごま)、バナナ	牛乳130、焼きもちこしおにぎり
午前	25	26	27	28	29	30
昼食	ピラフ(さば・カレー)、クリームシチュー(米粉)、きゅうりのピクルス、バナナ	菜飯(小松菜)、五目みそ汁(豆腐)、かじきとごぼうの煮つけ、かぼちゃ(蒸し)、オレンジ	御飯、すまし汁(じゃがいも・わかめ)、厚揚げのケチャップ煮、ブロッコリーの黒ごまサラダ、りんご	御飯、みそ汁(切り干しだいごん・かぼちゃ)、白身魚のカリカリフライ、フライドにんじん、キャベツのパインサ		御飯、ポトフ、バナナ
午後	牛乳130、豆腐子チミ(小松菜・ごま)	牛乳130、野菜もち(にんじん)	牛乳130、おにぎり(しらす・ねぎ)	牛乳130、大豆ケーキ(もち・黒糖)		牛乳130、米粉の甘酒蒸しパン